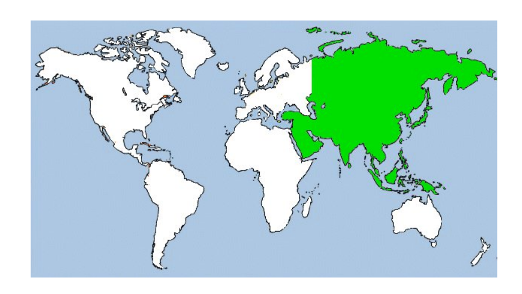
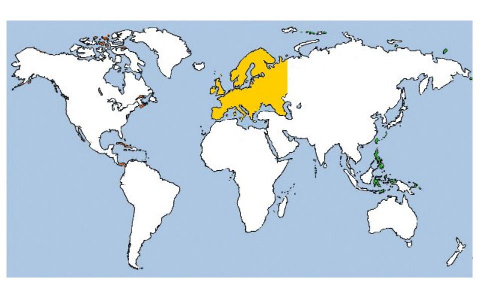


# Livre de recettes des cuisiniers de l'école du Néron







# Recette d'un projet réussi.....

## Ingrédients :

-des élèves motivés, créatifs, curieux et gourmands
-des parents toujours partants, présents et impliqués
-une équipe enseignante bienveillante, pleine d'énergie et d'envie

## Préparation :

Quelques mots dans le cahier, une aide précieuse des parents, un peu d'organisation pédagogique, une très bonne logistique (Merci Stéphanie !), des recettes appétissantes et des apprentis cuisiniers très attentifs.
Au moment de servir, des sourires, des moments partagés, une autre façon d'apprendre, un projet au service du vivre ensemble......

Un grand merci à vous tous, élèves, parents, enseignants, sans qui ce projet n'aurait jamais atteint la cuisson idéale.

Fanny Esteoule

# Quelques recettes d'Afrique



# Basboussa



**ingrédients :**

1verre de sucre
1 verre de lait
1 verre d'huile
2 sachets de levure chimique
4 œufs
semoule moyenne 4 verres (si c'est trop liquide, rajouter un peu de semoule)

Pour le sirop :

500g de sucre
1L½ d'eau faire cuire et laisser refroidir.

**préparation :**

Mélanger les œufs et le sucre avec le batteur.
Ajouter une pincée de sel, l'huile, le lait, la levure chimique et la semoule.
Mettre dans un moule beurré et fariné dans le four à 180°C pendant 30 minutes.
A la sortie du four, couper le gâteau, puis mettre le sirop et laisser reposer.



# Beniwen



**ingrédients :**

1 mesure de fruits secs moulus
50g de chocolat en poudre
2 cuillères à soupe de cacao
1 cuillère à soupe de miel
½ paquet de biscuit moulu
2c à soupe de margarine ramollie
la décoration : pistaches

**préparation :**

Dans une terrine, mélanger les fruits secs, le biscuit, le chocolat et le cacao. Ajouter le miel puis ramasser avec la margarine.
Façonner des boulettes, enrober de pistaches concassées puis mettre au milieu une pistache entière.
Remarque : Vous pouvez remplacer les pistaches concassées par la noix de coco et les pistaches entières par les cacahuètes.

# Bricks au thon

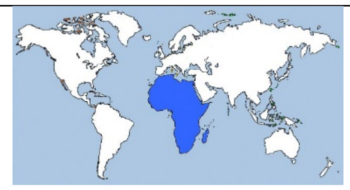




**ingrédients :**
persil plat ou coriandre
1boite de thon
sel poivre
1pomme de terre
3 œufs
huile pour friture

**préparation :**
Faire cuire la pomme de terre coupée en petits dés dans la casserole à l'eau.
Lorsque la pomme de terre est cuite, l'écraser et la mélanger avec les œufs.
Ajouter du sel et du poivre.
Mélanger le thon, ajouter le persil : la farce est prête
Procéder au pliage, couper la feuille de brick en 2 et la plier de façon à former une bande.
Mettre la farce au bas de la bande à l'aide d'une cuillère à soupe et procéder au pliage en triangle.
Les faire frire de sorte à les dorer.

# Feuilles de bricks à la viande





**ingrédients :**
1 paquet de feuilles de bricks
500g de viande hachée
sel, poivre
3 œufs
coriandre
des champignons

**préparation :**
Mélanger la viande, les œufs, le sel, le poivre et les champignons coupés en petits morceaux et rajouter la coriandre ciselée.
Faire des boudins et les mettre dans les feuilles de bricks et fermer les extrémités.
Puis en enrouler en boudins et les faire frire à la poêle et les poser sur du papier absorbant.

# Crêpe arabe (baghrirs)



**ingrédients :**
2 bols de semoule fine
1 bol de farine
2 cuillères à café de sel
2 sachets de levure chimique
4 bols d'eau tiède
4 cuillères à café de levure boulangère
2 cuillères à café de sucre semoule
1 œuf



**préparation :**
Dans un récipient, mélanger la semoule, la farine, le sel et la levure chimique.
Mixer ce mélange avec de l'eau tiède en ajoutant la levure boulangère diluée dans un peu d'eau tiède et le sucre.
Réserver la crème obtenue et laisser lever une heure.
Juste avant la cuisson, remuer le liquide avec une louche.
Verser la quantité d'une petite louche de crème sur une poêle bien lisse et chaude. Faire cuire la crêpe uniquement du dessous sans la retourner.
Servir chaud accompagné soit d'un mélange de miel et de beurre fondu soit d'huile d'olive ou de confiture.

# La galette de Mamie (galette algérienne)



**ingrédients :**
1 bol de semoule fine
1 pincée de sel
3 cuillères de soupe d'huile
¼ de sachet de levure de boulanger



**préparation :**
Verser la semoule dans un grand récipient.
Rajouter le sel.
Mélanger et rajouter 3 cuillères à soupe d'huile en mélangeant.
Dissoudre le quart de levure dans un peu d'eau tiède et le verser doucement dans la préparation.
Pétrir jusqu'à l'acquisition d'une pâte homogène.
Laisser la pâte en boule.

# Gewiche





**ingrédients :**
800 grammes de farine
1 œuf
1 cuillère à soupe de vinaigre
1 sachet de levure
1 pincée de sel
200 grammes de beurre fondu
eau de fleur d'oranger et de l'eau

**préparation :**
Faire fondre le beurre dans une casserole.
Mettre la farine dans un saladier et mettre la levure.
Une fois que le beurre a refroidi mettre le vinaigre et l'œuf.
Mettre le mélange dans le saladier de farine.
Ajouter un peu de fleur d'oranger et de l'eau pour obtenir une pâte.
Faire les gewiche, avec un rouleau abaisser d'1/2 centimètre la pâte.
Les faire frire dans une poêle remplie d'huile.

# Salade tunisienne méchouia





**ingrédients :**

| | |
|---|---|
| 3 tomates | 3poivrons |
| 2 piments | 1oignon |
| 5gousses d'ail | 1 aubergine |

1demi citron
2 à 3 feuilles de menthe séchée
de l'huile d'olive, du sel.

**préparation :**
Nettoyer et couper en lamelles les légumes et les tomates en deux pour faciliter la cuisson.
Faire griller dans le four les poivrons, les piments, les oignons, l'ail, l'aubergine, les tomates sur une plaque.
Les hacher ou les mixer avec un appareil manuel ou 1 moulin à légumes ou un hachoir à viande.
Assaisonner avec un demi jus de citron, l'huile et le sel.
Ajouter la menthe séchée après l'avoir écrasée avec les deux mains.
Servir frais avec des olives et du thon.

# Mesfouf





**ingrédients :**
couscous (1 bol)
2 bols d'eau
huile d'olive
2 ou 3 cuillères à soupe de sucre
Une grenade ou des raisins frais
Décoration : dattes et fruits secs



**préparation :**
Mettre une casserole d'eau à bouillir.
À ébullition, y plonger le couscous, baisser le feu et remuer jusqu'à absorption.
Retirer dans un saladier et y ajouter le sucre, un peu d'huile d'olive et les fruits.
Mélanger puis mettre dans un plat et décorer.

# Tajine marocaine aux crevettes





**ingrédients :**
-500 grammes de crevettes
-tomates fraîches : 4 à 5
-persil
-5 gousses d'ail
- 4 échalotes
-3 œufs

**préparation :**
Faire bouillir les crevettes puis les égoutter et les décortiquer.
Une fois les crevettes décortiquées, les couper en deux.
Couper les échalotes en dés, couper l'ail en petits morceaux.
Laver le persil puis le découper finement.
Tout mettre dans une poêle avec de l'huile d'olive, ajouter du sel, du poivre et du cumin.
À feu doux, faire mariner les crevettes avec les ingrédients pendant 10 min.
Une fois cuit légèrement éplucher les tomates et les vider, puis les découper en petits morceaux et les mettre dans le mélange.
Une fois la cuisson terminée, ajouter un verre d'eau.
Puis casser les 3 œufs et bien remuer le jaune avec le blanc.

# Quelques recettes d'Amérique



# Cake à la banane





**ingrédients :**

| | |
|---|---|
| 2 bananes | 3 œufs |
| 130 g sucre | 200 g farine |
| 1sachet de levure | |



**préparation :**

Préchauffer le four à 180°
Écraser les deux bananes
Casser les œufs dans un saladier, ajouter le sucre, la farine et la levure dans le saladier.
Mélanger le tout
Verser dans un moule à cake.
Enfourner dans le four à 180°C pendant 40 minutes.

# Empanadas (chaussons)



**ingrédients :**

-500g de farine
-1 pincée de sel
-125g de beurre demi-sel fondu au bain marie
-1 jaune d'œuf
-huile de friture
-1oeuf entier (facultatif)

**préparation :**

Dans un saladier mélangez la farine et le sel. Formez un puits au centre et versez-y le beurre fondu.
Mélangez doucement à l'aide d'une cuillère en bois.
Ajoutez un peu d'eau tiède pour supprimer tous les grumeaux si nécessaire. Vous pouvez également ajouter un œuf. Couvrez d'un torchon et laissez reposer la pâte pendant 30 à 40 min à température ambiante.
Divisez la pâte en plusieurs boules de tailles moyenne à l'aide d'un rouleau à pâtisserie et étalez chacune d'elle en disque circulaire de 10 à 19 cm de diamètre sur 5 mm d'épaisseur maximum.
Taillez-les proprement à l'emporte-pièce.
Garnissez chaque disque d'un peu de la farce choisie en fonction de la recette. En déposant celle-ci sur la moitié de chaque disque.
Refermez les disques en remplissant la partie non garnie sur la partie garnie. Reliez le bord inférieur sur le bord supérieur pour bien les souder. Pour cela, formez des plis en roulant les bords entre vos doigts.
Préchauffez le four à 160°C. Avec un pinceau, badigeonnez les chaussons ainsi formés de jaune d'œuf.
Enfournez les chaussons pour 20 min de cuisson.

# Flan coco



**ingrédients :**
3 œufs
1boite de lait gloria entier
70g de poudre de coco
1petite boîte de lait nestlé
1citron vert
un peu de vanille liquide 1cuillére à café
1pincée de cannelle en poudre
1c à café de rhum blanc (facultatif)
caramel liquide

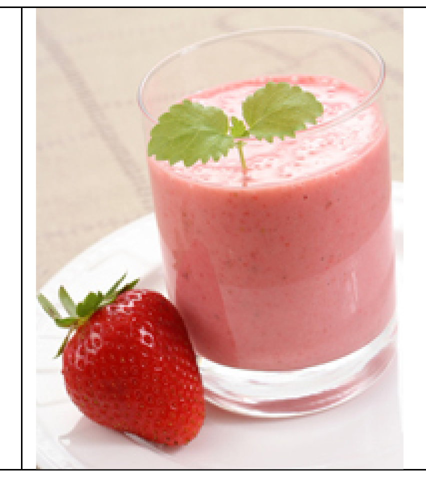


**préparation : Ce dessert se prépare généralement la veille**
Napper un moule à manquer, à tarte ou rectangulaire avec du caramel liquide et placer-le au congélateur.
Préchauffer le four tr6 (180)°C.
Dans un saladier ou dans un mixeur, mélanger les œufs, le lait de coco, le lait gloria, le lait nestlé. Mélanger-bien.
Ajouter un zeste de citron vert, le rhum, la cannelle et la vanille.
Versez la préparation dans le moule et enfournez au bain-marie, pendant 40 min. Il doit être légèrement doré.
Laisser refroidir et déguster froid.

# Milk-shake à la fraise



**ingrédients :**
500g de fraises
1 L de lait froid
4 boules de glace vanille.



**préparation :**
Lavez et  équeutez les fraises.
Mettez-en 4 de côté pour la décoration.
Au Blender, mixez les fraises avec le lait et la glace vanille jusqu'à ce que le mélange soit onctueux.
Versez dans des verres et décorez chacun des verres avec une fraise.
Dégustez bien frais !

## Muffins pomme caramel



**ingrédients : (pour 15 muffins)**
250 g de farine
1 œuf
185 g de sucre
180 g de lait demi écrémé
100 g d'huile
1,5 cuillerée à café de levure chimique
1pomme coupée en petits dés (acidulée type granny)
8 cuillerées à café de salidou (caramel au beurre salé) ou 4 carambars coupés en 4



**préparation :**
Dans un récipient, on mélange la farine, l'œuf, le sucre, le lait et l'huile.
Attention aux grumeaux ! On obtient une pâte lisse, à laquelle on incorpore la levure.
On ajoute les dés de pomme et on mélange.
On remplit aux ¾ des moules à muffins, et on ajoute :
-Soit ½ cuillère à café de Salidou sur le dessus
-Soit ¼ de Carambar qu'on enfonce légèrement dans la pâte.
On enfourne à 200 °C (four préchauffé) pour 20 minutes.

## Des noix de coco



**ingrédients :**
3 œufs
1verre ½ d'huile
1sachet de levure + 1 sachet de sucre vanille
1 ½ verre de sucre
500 g de farine
confiture + noix de coco



**préparation :**
Préchauffer le four à thermostat 5
Mettre le sucre, l'huile, le sucre vanille et les œufs dans le saladier.
Ajouter la farine et la levure.
Mélanger avec le bout des doigts, mais ne pas pétrir sinon ça va être élastique.
Faire des petites boules de la taille d'un abricot.
Faire cuire les boules, puis les rouler dans la confiture et dans la noix de coco.

# Poulet coco



**ingrédients :**
1 poulet de 1,3kg environ,
2 oignons 2gousses d'ail
1 carotte, 25cl de vin blanc sec
50cl de lait de coco
1 petit morceau de piment
thym, laurier, sel et huile.



**préparation :**
Couper le poulet en morceaux et le faire dorer dans une cocotte en petits bâtonnets.
Émincer l'oignon et le piment, verser le tout avec le poulet.
Ajouter du vin, le lait de coco, thym et laurier.
Saler et laisser mijoter à couvert pendant 45min.
Remuer souvent.
Servir avec un riz blanc.

# Rissoles de maïs



**ingrédients :**
600 g de maïs doux en boîte
150 g de farine
1 pincée de levure chimique
2 œufs
2 c. à soupe de chapelure
1 grosse pincée de paprika
1 pincée de sel
de l'huile végétale

**préparation :**
Égouttez le maïs.
Rassemblez tous les ingrédients (sauf l'huile) et tout mixer ensemble.
Faites chauffer de l'huile dans une poêle et quand elle est bien chaude, mettez des cuillerées du mélange. (les boulettes formées ne doivent pas se toucher) environ 5 -6 minutes en les retournant.
Faites égouttez les rissoles sur du papier absorbant.

# Quelques recettes d'Asie



# Gâteau turc au fromage





**ingrédients :**
2 œufs (+ 1 pour le dessus)
1 verre d'huile
2 pots yaourts nature
1 pincée de sel
1 sachet de levure chimique
2 verres de farine
½ ronde feta turc (fromage)
graines de sésame (décoration)

**préparation :**
Mélanger, les œufs, l'huile, les yaourts, la levure et la farine. Ajouter une pincée de sel.
Finir en ajoutant le fromage.
Verser dans un moule et étaler un œuf sur le dessus, ainsi que les graines de sésame en décoration.
Faire cuire au four.

# Pogaça au fromage





**ingrédients :**
3,5 verres de farine
1 verre de yaourt nature
1 verre d'huile
2 œufs (Il faut 1 jaune d'œuf pour passer sur la pâte)
1,5 paquet de levure
1 petite cuillerée de sel
fromage
persil

**préparation :**
Prendre un gros bol, mettre la farine et un verre de yaourt.
Ajouter l'huile et 1 œuf. Puis ajouter la levure, le sel et mélanger avec les mains.
Laisser reposer pendant 10 minutes.
En même temps, écraser le fromage et mélanger avec le persil.
On étale la pâte et on forme des cercles que l'on remplit au centre de fromage. Fermer la pâte pour faire des petits chaussons que l'on badigeonne de jaune d'œuf.
Préchauffer le four à 170°C. Enfourner les pogaça, jusqu'à ce qu'elles gonflent puis aient un aspect grillé.

## Poulet au curry



**ingrédients :**
blancs de poulet
crème fraîche liquide
sel
poivre
curry en poivre



**préparation :**
Couper les blancs de poulet en petits morceaux et les faire cuire dans une poêle.
Saler, poivrer.
Mettre la crème fraîche et laisser revenir.
Mettre le curry et mélanger.
Servir avec du riz thaï.
Bon appétit.

## Reita



**ingrédients : pour 2 personnes**
2 yaourts
du sel
1/2 du concombre
1/2tomate
Poivre
un peu de lait
si on veut de l'oignon



**préparation :**
1- Mettre les 2 yaourts, le lait, le sel et le poivre.
2- Couper le concombre, la tomate et les oignons en petits morceaux.
3-Les mettre dans le yaourt et mélanger.
4- Servez-le.

# Revani (gâteau de semoule turc au sirop)



**ingrédients : (pour 12 personnes)**

-4 œufs
-1 verre d'huile
-1 verre de sucre
-1 verre de yaourt nature
-2 verres de farine
-1 sachet de levure chimique

Pour le sirop :

-3 verres d'eau
-3 verres de sucre
- un demi-citron

**préparation :**

Commencer par chauffer le sirop en mélangeant l'eau et le sucre. Presser un demi-citron dedans quand le sirop commence à chauffer.
15 min après ébullition, retirer du feu et laisser tiédir.
Mélanger les œufs et le sucre. Ajouter les autres ingrédients en finissant par la levure.
Beurrer un plat, et verser le mélange. Faire cuire dans un four préalablement chauffé à 150°C (thermostat 5) pendant 1h.
Le gâteau est cuit quand il est bien doré.
Le sortir du four, et le couper comme en autant de parts que vous voulez, à même le plat.
Versez aussitôt le sirop tiédi dessus. Le gâteau chaud absorbe bien le sirop tiède.
Couvrir le plat d'un plat plus grand, et laisser reposer.
Servir frais parsemé de noix de coco.

# Petite soupe turque aux lentilles corail



**ingrédients :**

2 verres à eau de lentilles rouge
un gros oignon
1 cuillère à café de concentré de tomate
deux cuillères à soupe matière grasse au choix
5 verres d'eau
1 bouillon cube
1 pincée de sel

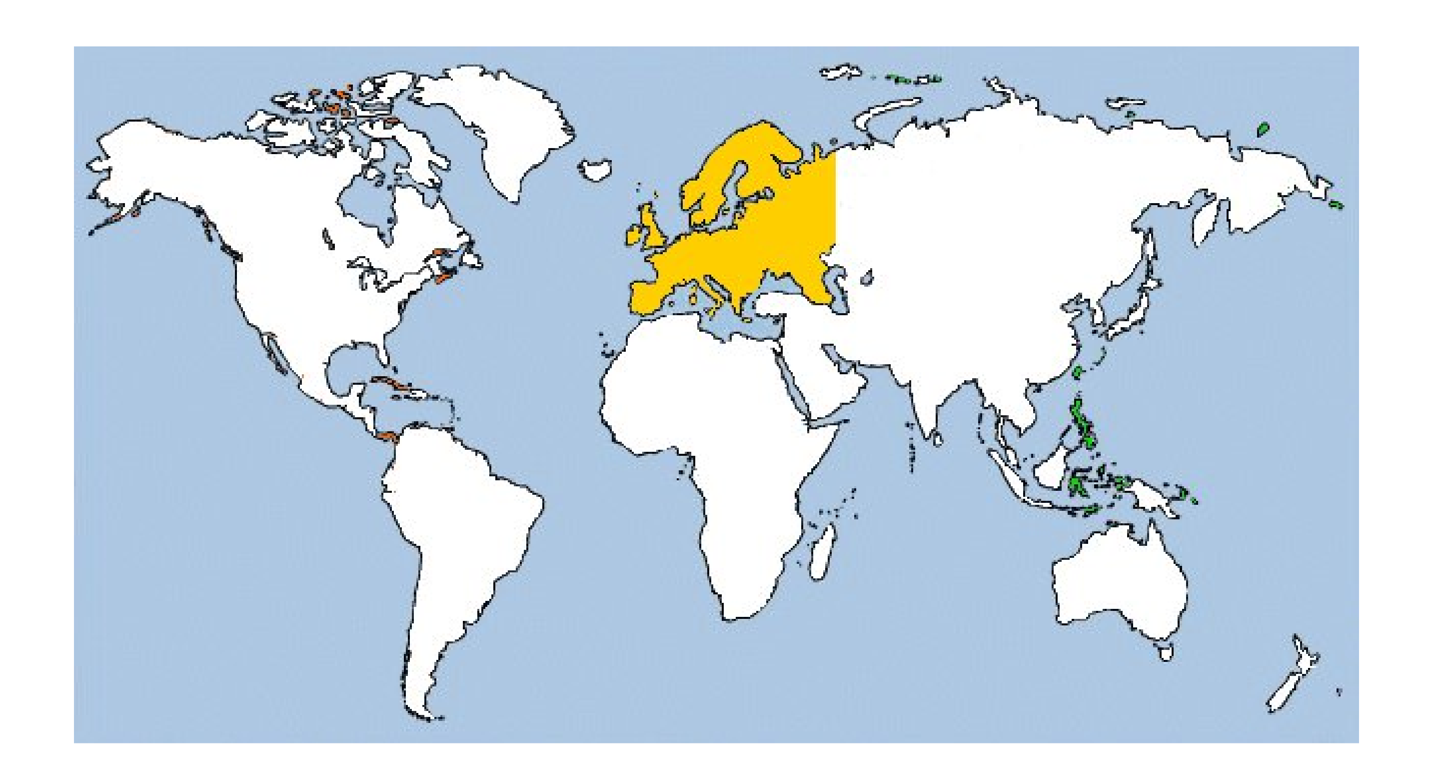
sauce :

menthe séchée
paprika

**préparation :**

Faire bouillir les 5 verres d'eau dans une casserole. Faire dorer l'oignon finement haché, ajouter les lentilles bien lavées.
Remuer 2 à 3 minutes, puis ajouter le bouillon cube, le concentré de tomates, le sel.
Ajouter l'eau bouillante, laisser cuire environ 15 minutes. Au bout de ce laps de temps, mixer-la.
La faire cuire à nouveau 5 min environ.
Votre soupe est prête
Pour la sauce, faites revenir la menthe séchée et le paprika dans un peu de beurre sans le faire roussir et verser dans vos petits bols de soupe.

# Quelques recettes d'Europe



# Cake à la vanille et aux pépites de chocolat





**ingrédients :**

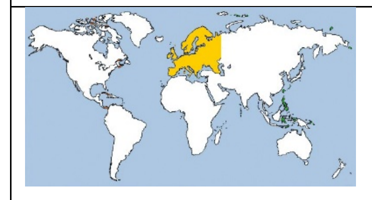
| | |
|---|---|
| 3 œufs | 170 de sucre |
| 160g de farine | 1 sachet de levure |
| 170g de beurre | 1 gousse de vanille (ou liquide) |

100g de pépites de chocolat (ou plus si on est gourmand!)

**préparation :**

Préchauffez le four à 180°C (th6).
Fouettez les œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
Ajoutez la farine en pluie ainsi que la levure.
Pendant ce temps, faites fondre le beurre puis incorporez-le au mélange.
Ajoutez les grains de vanille (ou l'extrait liquide) et les pépites.
Versez dans un moule beurré et fariné.
Mettez au four pendant 40 minutes.
Remarque : Peut aussi se préparer sans pépite et/ou sans vanille, pour faire un très bon quatre-quarts !!!

# Carrot cake



**ingrédients : (pour 8 personnes)**

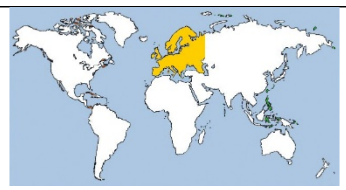
| | |
|---|---|
| 4 œufs | 180g d'huile végétale |
| 250g de sucre | 250g de farine fluide |

2 cuillère à café d'extrait de vanille liquide
1 cuillère à café rase de muscade
1 sachet de levure chimique
2 cuillères à café rase de cannelle
300 g de carottes râpées (3 à 4 grosses carottes)
120 g de noix concassées (pas broyées)

**préparation :**

Préchauffer votre four à 175° (thermostat 5/6).
Mélanger au fouet électrique les 4 œufs et le sucre. Incorporer l'extrait de vanille, la muscade, la cannelle et l'huile. Mélanger le tout avec un fouet.
Ajouter la farine et la levure, tourner avec le fouet.
Ajouter les carottes râpées et les noix concassées.
Mélanger au fouet doucement jusqu'à ce que la pâte soit homogène.
Huiler et fariner légèrement le moule (voire les 2 moules car la dose le permet) et verser la préparation
Enfourner 30 à 40 minutes selon votre four à 175° (th 5/6). Piquer pour vérifier que le gâteau soit cuit.

# Chocomousse confettis

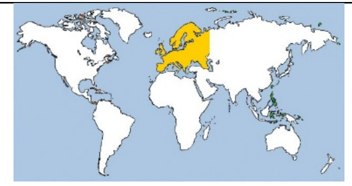




**ingrédients : (pour 6 personnes)**
2 tubes de smarties 80g
1 plaque de chocolat au lait 200g
4 œufs : blancs et jaune séparés

**préparation :**
Faire fondre les carreaux de chocolat dans un bol rempli d'eau, au micro-ondes 3 min.
Quand le chocolat est fondu, jeter l'eau en gardant juste l'équivalent d'une cuillère à soupe
Battre les blancs en neige ferme
Mélanger le chocolat fondu pour qu'il soit lisse et homogène.
Ajouter les jaunes, puis , délicatement les blancs en neige
Verser les smarties dans un petit sac en plastique.
Les broyer au rouleau à pâtisserie ça défoule bien !
Ajouter les brisures de smarties à la mousse.
Répartir dans des ramequins et laisser durcir au réfrigérateur au moins 2 heures.

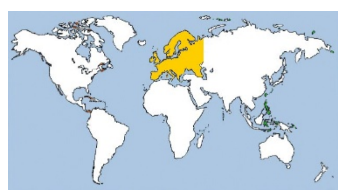
# Croquants aux amandes



**ingrédients :**
2 œufs
250 grammes de farine
250 grammes de sucre
125 grammes d'amandes entières

**préparation :**
Au batteur, mélanger les œufs et le sucre.
Lorsque le mélange est mousseux y ajouter la farine et les amandes.
La pâte obtenue est très granuleuse.
La diviser en 3 et former sur une planche farinée des « saucissons».
Ranger sur une tôle huilée et mettre au four.
Cuisson de 30 à 35 minutes à four moyen.
Dès la sortie du four, couper les croquants en tranches.

## Crumble





**ingrédients :**
6 pommes
100g de sucre
100g de beurre de préférence demi sel
125g de farine

**préparation :**
Préchauffer le four à 180°C.
Mélanger le sucre à la farine puis mettre le beurre en morceaux et mélanger.
Couper les pommes en morceaux dans un plat.
Saupoudrer les pommes du mélange que vous avez fait et mettre au four minimum 3/4 d'heure.

## Fleur au chocolat

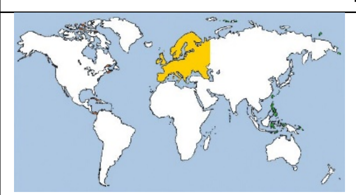




**ingrédients :**
3 pâtes feuilletées
du Nutella
1 œuf

**préparation :**
Mettre une des pâtes sur la table. Étaler le Nutella sur la pâte.
Mettre l'autre pâte par-dessus. Étaler de nouveau le Nutella.
Mettre la dernière pâte.
Mettre un verre au centre de la dernière pâte.
faire 14 entailles en soleil.
Enrouler par la droite les parties du soleil.
Préchauffer le four à 240°C.
Casser l’œuf et étaler le jaune d’œuf sur la pâte.
Faire cuire pendant 20 minutes.

# Fougasse d'Aigues-Mortes

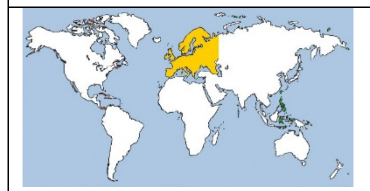




**ingrédients :**
260 gr de farine
200 gr de sucre
3 œufs
1 brique de crème fraîche
4 cuillères à soupe de fleur d'oranger
1 sachet de levure chimique
pour la décoration: 50 gr de beurre et 4 cuillères à soupe de sucre (soit 40gr environ)

**préparation :**
Préchauffer le four à 180 °C
Mélanger les œufs puis le sucre et mélanger pour blanchir.
Ensuite mettre petit à petit la farine tamisée et en même temps la crème fraîche la levure et l'eau de fleur d'oranger.
Bien mélanger pour que ce soit homogène, puis mettre 30 minutes au four.
Faire fondre le sucre et le beurre pour étaler la préparation sur le gâteau juste sorti du four et le remettre 5 minutes au four.
Bonne dégustation!!

# Gâteau aux carottes

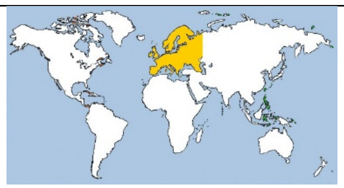




**ingrédients :**
3 carottes moyennes grattées et hachées
3 œufs
1 tasse d'huile
2 tasses de farine
2 tasses de sucre
1 cuillère à soupe de poudre à pâte
1 pincée de sel
Du beurre pour graisser
De la farine pour saupoudrer

**préparation :**
Mélanger tous les ingrédients, en ajoutant la farine.
Graisser et fariner une forme de trou au milieu.
Verser la pâte dedans.
Cuire au four préchauffé à feu moyen pendant 40 minutes.
Retirer du four. Laisser refroidir et démouler.

# Gâteau marbré



**ingrédients :**
125g de beurre
200g de sucre
3 œufs
200g de farine
1 sachet de levure chimique
1 sachet de sucre vanillé
6 cuillères à soupe de lait
25g de cacao



**préparation :**
Mettre tous les ingrédients, sauf le cacao, dans un saladier. Mélanger.
Mettre les ¾ de la pâte dans un moule à cake.
Avec le reste de la pâte, mélanger le cacao.
Verser le mélange pâte cacao dans le moule à cake.
Mettre au four à 180°C pendant 30 minutes environ
Bonne dégustation.

# Gâteau au yaourt et au chocolat



**ingrédients :**
-1yaourt (le pot sert ensuite de doseur)
-2 pots de farine
-1,5 pot de sucre
-3/4 de pot d'huile
-3 œufs
-1sachet de levure
-200g de chocolat pâtisserie



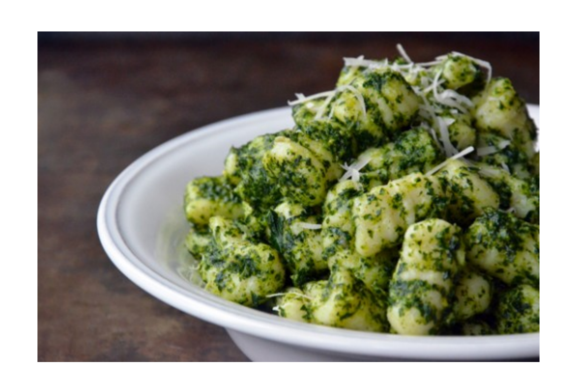
**préparation :**
Préchauffer le four à thermostat 6(180°C).
Mettre le chocolat au bain-marie (sans beurre ni rien d'autre).
Pendant ce temps(en mélangeant d'abord la levure et la farine, sinon elle se mélangeant mal)

# Gnocchi au pesto (alla genovese)



**ingrédients : (pour 4 personnes)**
1kg de pommes de terre
300g de farine
1 œuf
Sel

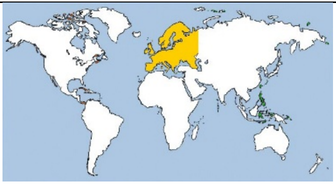
pour le pesto :
2 goussesd'ail
gros sel
100ml d'huile d'olive
50 g de basilic (feuilles uniquement)
1 cuillère à soupe de pignon de pin
6 cuillères à soupe (environ 70 gr) de parmesan



**préparation :**
Laver les pommes de terre sans les éplucher et les faire cuire dans l'eau salée: une fois la cuisson terminée épluchez-les et écrasez-les sur un plan de travail enfariné.
Ajoutez un peu de sel et travailler la pâte (elle doit être moelleuse et compacte). Rajoutez l'œuf et travaillez la pâte sans qu'il y ait des grumeaux.
Étalez la pâte et formez des rouleaux d'une épaisseur de 2-3 cm.
Coupez les gnocchis et pratiquez des rayures à l'aide d'une fourchette (en les faisant glisser dans la paume de la main, attention à ne pas trop appuyer).
Laissez reposer 15 min et cuisez-les dans l'eau bouillante et salée (ils sont prêts lorsqu'ils remontent à la surface, quelques minutes).

Le pesto :
Nettoyer les feuilles de basilic, non pas à l'eau courante, mais à l'aide d'un torchon.
Posez l'ail et du gros sel dans le mortier et écrasez-les.
Lorsque l'ail devient crémeux, rajouter le basilic et une pincée de gros sel.
Continuez à écraser les ingrédients et rajouter enfin les pignons de pin. Si possible, tourner le pilon dans un sens et le mortier dans l'autre à l'aide de l'autre main.
Rajouter le parmesan et, à la fin, l'huile d'olive.
Si vous ne disposez pas de mortier, un robot mixeur fera l'affaire aussi !

# Gratin aux courgettes et reblochon

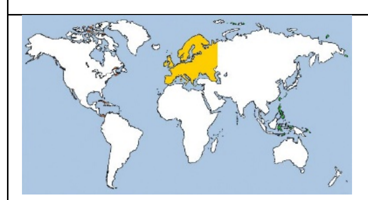


**ingrédients : (pour 4 personnes)**
5 courgettes
1 oignon
1/2 reblochon
lait (ou crème) (½ verre)
2 œufs



**préparation :**
Faire revenir les courgettes avec l'oignon.
Emincer + saler et poivrer.
Verser la préparation dans un plat à gratin.
Couper le demi-reblochon en petits morceaux et les disposer sur les courgettes.
Mélanger le lait et les œufs + sel/poivre
Verser ce mélange sur les courgettes.
Cuire environ 25 min au four à 210°C.

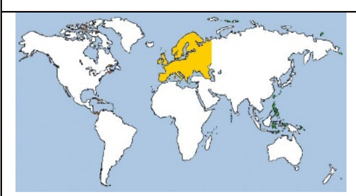
# Mi- cuit au chocolat



**ingrédients :**
150g de beurre
100g de sucre
6 œufs
300g de chocolat noir à dessert
20g de farine environ 4 c à soupe

**préparation :**
Faire fondre le beurre et le chocolat ensemble dans une casserole, puis laisser refroidir.
Mettre le sucre et les œufs entiers dans un saladier.
Battre pendant 5 minutes avec un batteur électrique.
Ajouter la farine cuillère par cuillère, et battre à chaque fois.
Ajouter le chocolat fondu de la casserole, petit à petit et battre jusqu'à ce que ce soit bien mélangé.
Remplir les moules à gâteaux de cette préparation.
Mettre dans chaque moule à gâteau, un carreau de chocolat au choix et au centre : chocolat blanc, au lait ou praliné.
Mettre au four à 220°C pendant 15 minutes.

## Nounours endormis





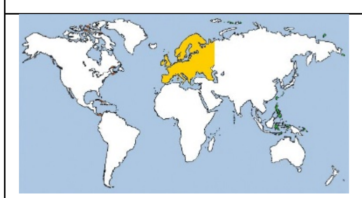
***ingrédients :***

12 caissettes en papier (4 ou 5 cm)
150 g de chocolat (noir, blanc ou lait)
une douzaine de nounours au chocolat
4 ou 5 poignées de céréales

***préparation :***

Faites fondre le chocolat. Mélangez avec les céréales.
À l'aide d'une cuillère à café, faites tomber un peu du mélange dans les caissettes et aplatissez le avant d'y coller un nounours le dos.
Laisser durcir le chocolat.

## Pain d'épices





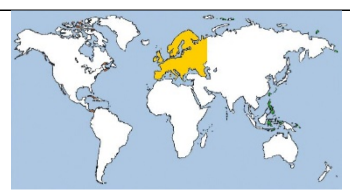
***ingrédients :***

250 g de miel
250 g de farine
100 g de sucre en poudre
1 sachet de levure chimique
1 sachet de sucre vanillé
1 cuillère à café d'anis vert
1 cuillère à café de muscade râpée
1 cuillère à café de cannelle en poudre
1 cuillère à café de gingembre en poudre
1 cuillère à café de quatre épices
2 œufs
10 cl de lait

***préparation :***

Faites chauffer 250 g de miel à la casserole ou au micro-ondes, puis versez-le bien chaud dans un saladier sur 250g de farine mélangée à 1 paquet de levure chimique, les deux sucres et 1 cuillère à café de chaque épice : anis vert, muscade râpée, cannelle, gingembre.
En remuant cette préparation avec une cuillère en bois, incorporez petit à petit 2 œufs, puis un peu de lait juste tiède pour amalgamer le tout.
Préchauffez le four à thermostat 5/6 (160°C).
Versez la préparation dans un moule à cake bien beurré et fariné.
Enfournez et laissez cuire pendant 1h à 1h15.
Démoulez le pain d'épice lorsqu'il a totalement refroidi. Attendez 24 heures au minimum avant de le dégustez.
Il se garde une semaine, enveloppé dans du papier d'aluminium.

# Pain d'épices (piernik)



**ingrédients :**

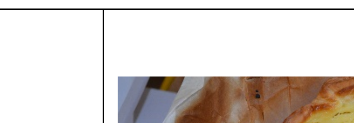
3 œufs
de la confiture
1 verre de lait
2 verres de farine
un demi-verre d'huile
1 sachet de sucre vanillé
une petite cuillère de cannelle
une cuillère de soda (produit polonais)
3 ou 4 cuillères de cacao

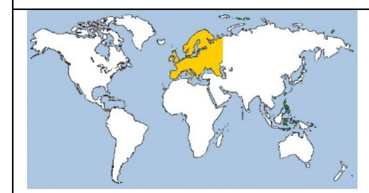


**préparation :**

Tout mélanger avec un mixer pendant 5 minutes et le mettre dans un moule au four pendant 1 heure (180°C).

# Pastéis de nata





**ingrédients :**

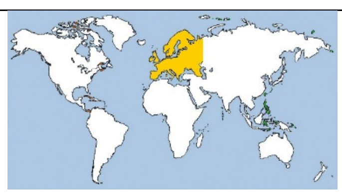
1 pâte feuilletée
5 œufs
200g de sucre
35 g de farine
50 cl de lait
3 cuillères à soupe de jus de citron
1 gousse de vanille
1 pincée de sel



**préparation :**

Préchauffez le four thermostat 7 (210°C).
Faites cuire le lait dans une casserole avec la gousse de vanille fendue en deux.
Mélangez dans un saladier la farine, le sucre et le sel.
Lorsque le lait arrive à ébullition, retirez la casserole du feu, enlevez la gousse de vanille en lui retournant ses petites graines pour les mettre dans le lait.
Mélangez avec la préparation précédente, rajoutez 4 jaunes d'œufs ,1 œuf entier et le jus de citron.
Mélangez le tout.
Etalez la pâte feuilletée dans des petits moules et versez la préparation dans les moules.
Enfournez 10 minutes.

# Quiche au thon

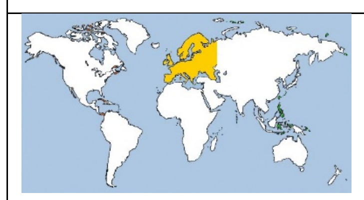


**ingrédients :**
3 œufs
250g de thon
75cl de crème fraîche
du sel
fromage râpé
1 pâte brisée



**préparation :**
Casser les 3 œufs.
Ajouter 250 g de thon, 75 cl de crème fraîche, puis le sel.
Mettre le fromage râpé
Disposer la pâte brisée dans un moule à tarte et piquer le fond avec une fourchette.
Verser le mélange sur une pâte brisée.
Mettre au four environ 25 minutes à 180°C.

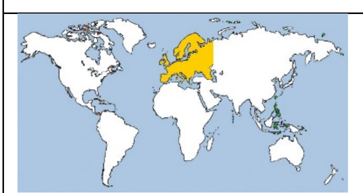
# Quiche au saumon



**ingrédients :**
3oeufs
1pate feuilletée
1 brique de crème semi épaisse
quelques tranches de saumon coupés en dés
sel et poivre

**préparation :**
Dans un saladier mélanger crème, œufs, sel et poivre.
Dans un plat à tarte, étaler la pâte, la piquer avec une fourchette.
Verser la préparation
Incorporer les morceaux de saumon de partout.
Enfourner à 190°C, environ 25minutes.

## Soupe facile



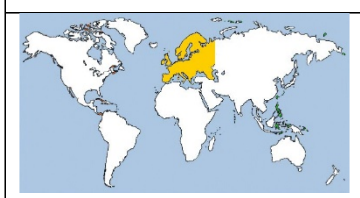
**ingrédients :**
2 tomates
5 navets
2 oignons
2 poireaux
5 carottes
3 pommes de terre
1 bouillon de poule





**préparation :**
Éplucher les légumes.
Couper et faire revenir les oignons dans du beurre.
Ajouter les légumes.
Ajouter le bouillon de poule
Faire chauffer 45 minutes à petit bouillon.
Passer au mixeur.
Déguster avec des croûtons et un nuage de crème fraîche.

## Tarte au maroilles



**ingrédients :**

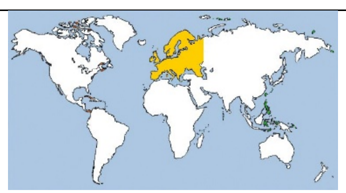
| | |
|---|---|
| 300g de farine | 75g d'huile |
| 170g d'eau tiède | 3 œufs |

sel, poivre
1 sachet levure de boulanger
1 petit maroilles (ou la moitié d'un gros)
1 brique crème liquide



**préparation :**
Dans un récipient (avec couvercle), mettre la farine puis le sel, l'eau, puis l'huile et enfin la levure de boulanger. Fermer le récipient
En maintenant le couvercle, secouer énergiquement plusieurs fois
Ouvrir le récipient et faire une boule avec la pâte et l'étaler dans un plat à tarte.
Couper des tranches de maroilles et les étaler au fond du plat (sur la pâte).
Dans un bol, mélanger les œufs, la crème, le sel et le poivre.
Verser sur le maroilles.
Mettre au four 20 à 30 min.

# Tarte à la tomate

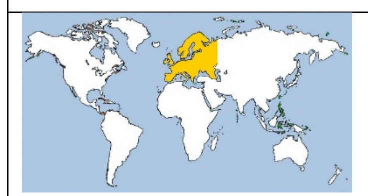




**ingrédients :**
pâte feuilletée
moutarde forte
fromage râpé
des tomates
herbes de Provence

**préparation :**
Piquer la pâte avec une fourchette.
Mettre un peu de moutarde forte sur la pâte.
Saupoudrer le fromage râpé.
Couper des tomates en fines rondelles, les disposer sur le fond de tarte.
Terminer en saupoudrant de fromage râpé et d'herbes de Provence.
Cuire 35min th180°C/th6.

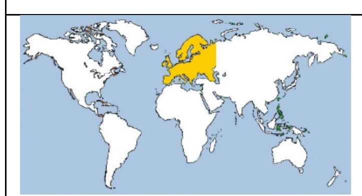
# Terrine de saumon



**ingrédients :**
250g de saumon frais
6 œufs
30 cl de crème fraîche épaisse
2citrons jaunes.
aneth (facultatif)

**préparation :**
Préchauffer le four 180°C.
Cuire le saumon à la vapeur. Salez, poivrez et écrasez à la fourchette.
Mélangez œufs, crème, aneth et le jus de citron
Ajoutez les miettes de saumon.
Beurrer le plat. Versez la préparation dans le moule à cake et enfournez 40min (th6)
Servir tiède ou froid décoré avec des rondelles de citron.

# Torsades au fromage





**ingrédients :**

250g de pâte feuilletée
2 cuillères  à café de moutarde
80g de fromage râpé
une pincée de piment

**préparation :**

Poser la pâte feuilletée et la couper en forme de rectangle.
Etaler la moutarde sur les côtés.
Parsemer le fromage râpé sur la moitié de la pâte seulement, en gardant l'autre moitié non parsemée de fromage.
Mettre la moitié vide sur l'autre moitié parsemée de fromage râpé et coller les côtés les uns sur les autres.
Couper la pâte en bandes longues (largeur de 1,5cm), saupoudrer avec la pincée de piment doux.
Couper les bandes en petits morceaux, dont la largeur est de 8 cm.
Torsader les petits morceaux avec vos doigts.
Mettre sur  un plat préalablement beurré.
Enfourner les torsadées.
S'assurer qu'elles soient dorées après cuisson.
Temps de cuisson 15min environ
*À servir frais

